

DAFTAR PUSTAKA

- Aip Syarifuddin. 1992. *Atletik I*. Jakarta: Depdikbud.
- Alimul, A. Azis, 2003. *Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah* Jakarta: Salemba Medika.
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Bina Aksara
- Carlson, Neil R. 1988. *Teknologi Metodologi Pengajaran*. Jakarta: Depdikud Dirjen Dikti. P2LPTK.
- Chu, Donald. A. 1992. *Jumping into Plyometrics*. Champaign, Illinois: Human Kinetics Pub.
- Doewes, Moechsin. 2004. *Latihan Plyometrics*. Program Pasca Sarjana, Surakarta.
- Engkos Kosasih. 1993. *Olahraga Teknik dan Program Latihan*. Jakarta: Akademika Pressindo.
- Harris, G.R., Stone, M.H., O'Bryan, H., Proulx, C.M., & Johnson, R. 1999. Short term performance effects of high speed, high force and combined weight training. *Journal of Strength and Conditioning Research*.
- Hartati. 2005. *Pengaruh Latihan Loncat Katak dan Loncat Naik Turun Bangku Terhadap Kemampuan Lompat Jauh Gaya Jongkok pada Siswa Putra Kelas V SD Negeri 01 Kecamatan Ungaran Kabupaten Semarang Tahun Pelajaran 2004/2005*. Skripsi. Pendidikan Olahraga. Universitas Negeri Semarang.
- Husaini, M.A. 2002. *Peranan Gizi Dalam Meningkatkan Prestasi Olahraga. Makalah disampaikan pada Pertemuan Penyusunan Gizi Atlet tanggal 25-28 Nopember di Bogor*.
- Jensen, R. Clayne, et. all. 1998. *Applied kinesiology and Biomechanics*. Singapura: Mc. Grow-Hill International Book Company.
- Jones, G.T. 2003. Predictors of Low Back Pain in British Schoolchildren: A Population Based Prospective Cohort Study. *Journal of Pediatrics*.
- Juwariyah, Siti. 2005. *Perbedaan Latihan Loncat Naik Turun Bangku Dan Berjingkat Terhadap Kemampuan Lompat Jauh Pada Siswa Putra Kelas V Dan Vi Sd Negeri Gunungpati 03 Kecamatan Gunungpati Kota Semarang Tahun Pelajaran 2004 / 2005*. Skripsi. Pendidikan Olahraga. Universitas Negeri Semarang.

- Kilpatrick,J.T cit Pyke,F. 2003. *Nutrition and diet for high performance athletes paper presentated at the national sport seminar*. Yogyakarta.IKIP
- Levanon, J. dan Dapena, J. 1998. Comparison of the kinematics of the full-instep and pass kicks in soccer. *Medicine and science in Sports and Exercise*.
- Malisoux L, Francaux M, Nielens H, *et al.* 2006. Stretch-shortening cycle exercises: an effective training paradigm to enhance power output of human single muscle fibers. *J Appl Physiol*.
- Mane, F.C. 1986. *Dasar-Dasar Atletik*. Bandung: Angkasa
- Markovic G, Jukic I, Milanovic D, *et al.* 2007. Effects of sprint and plyometric training on muscle function and athletic performance. *J Strength Cond Res*
- Murti, Bhisma. 2004. *Penerapan Metode Statistik Non Parametrik dalam Ilmu-Ilmu kesehatan* Gadjah mada University press: Yogyakarta
- Notoatmojo, Sukidjo, 1997. *Pengantar Pendidikan Kesehatan dan Ilmu Perilaku Kesehatan*. Yogyakarta : Andi Offset.
- Notoatmojo, Sukidjo, 2005. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta : Andi Offset.
- Radiclife.J.C & Farentinous.R.C.,2002. *Power Training for Sport, Plyometrics for Maximum Power Development*. Canada: Coaching Association of Canada,
- Robinson LE, Devor ST, Merrick MA, *et al.* 2004. The effects of land vs. aquatic plyometrics on power, torque, velocity, and muscle soreness in women. *J Strength Cond Res*
- Sajoto. 2002. *Peningkatan dan pembinaan kekuatan kondisi fisik dalam olahraga*. Ilmu kepelatihan olahraga. Semarang.
- Wilson, G.J., Newton, R.U., Murphy, A.J. & Humphries, B.J. 1993. The optimal training load for the development of dynamic athletic performance. *Medicine and Science in Sport and Exercise*,
- Yudi Adisasmita. 1992. *Teknik dan Latihan Olahraga Atletik*. Bandung: Penebar Swadaya.